

## AUXILIARES DE FLUTUAÇÃO

### RECOMENDAÇÕES PARA A ESCOLHA DE BRAÇADEIRAS E COLETES SALVA-VIDAS

A utilização de auxiliares de flutuação adequados e bem colocados - braçadeiras ou coletes salva-vidas - quando as crianças estão a brincar na água ou perto dela, a nadar, a andar de barco ou a praticar desportos náuticos é essencial caso a criança caia à água, se sinta cansada ou fique em dificuldades.

Apesar de não substituírem a vigilância em nenhuma circunstância, a sua utilização pode fazer a diferença entre a vida e a morte. É por isso essencial que estes equipamentos de proteção possuam determinadas características e que sejam corretamente utilizados. Existem muitos produtos no mercado, que não sendo equipamentos de segurança, se confundem facilmente com auxiliares de flutuação. É essencial que faça uma boa escolha.

Alguns conselhos para a escolha e utilização de:

#### BRAÇADEIRAS

- Devem ser adequadas ao peso da criança e cumprir as normas de segurança respetivas
- Se forem insufláveis, possuir duas câmaras-de-ar independentes, de preferência em forma de anel à volta do braço
- Serem de cores garridas
- Em cada colocação, acabe de enchê-las já no braço para que fiquem bem ajustadas e para que a criança não as consiga retirar facilmente.

Podem ser utilizadas quando a criança está a nadar em águas translúcidas, calmas e pouco profundas e devem ser colocadas mesmo quando a criança está a brincar perto da piscina (pode escorregar e cair).

#### COLETES SALVA-VIDAS

- Devem ser adequados ao tamanho e peso da criança e estar de acordo com as normas de segurança respetivas
- Não podem ser insufláveis

Devem ser usados por todas as crianças e adolescentes, independentemente da sua idade, na prática de desportos aquáticos ou passeios de barco.

As **boias e colchões insufláveis** não são equipamentos de proteção. **São brinquedos que podem tornar-se muito perigosos:** viram-se facilmente e podem ser arrastados com o vento ou ondulação.

E lembre-se: **nenhuma medida de proteção de afogamentos é 100% eficaz.** As braçadeiras e coletes salva-vidas não substituem outras medidas complementares de segurança, nomeadamente a vigilância ativa e permanente dos adultos, a colocação de uma barreira física que atrase o acesso da criança à água e o conhecimento de técnicas de reanimação.

